

Supervisions-Sitzung Ingeborg Schach Berufsausbildung B 5 - 71

„Kraft und Lebendigkeit“ (Inneres Kind)

Die Klientin erlebt zu Beginn dieser Sitzung ihre innere Schwere und Erstarrung - alles ist dunkel und sie ist nur „halb dabei“, wie sie sagt. Dadurch nimmt sie in ihrer Innenwelt auch alles nur sehr undeutlich wahr - ohne konkreten Bezug zu sich selbst. Die Konsequenz davon kennt sie auch aus ihrem „wirklichen Leben“ - sie zieht sich einfach aus allem raus. Infolge der wertfreien Spiegelung der inneren Struktur durch die Therapeutin, ohne auf die Inhalte einzugehen, wird der Klientin ihre innere Ohnmachtstruktur plötzlich bewusst und eine starke Traurigkeit steigt hoch. Plötzlich werden nun auch die Bilder deutlicher, als sich das innere Kind zeigt, welches sich total in sich selbst zurückgezogen hat. Nach einer sehr behutsamen und liebevollen Kontaktaufnahme ist das innere Kind bereit, der Klientin zu zeigen, wo diese Struktur entstanden ist. Die Klientin landet am Sterbebett ihrer Oma. Damals wurde sie von den Eltern ins Bett geschickt und durfte nicht dabei sein. Dies wurde zum tief verinnerlichten Muster der Klientin: „Ich darf am Wesentlichen nicht teilnehmen. Ich kann nichts tun.“

Im Laufe des inneren Prozesses entscheidet sich die Klientin schließlich dafür, einfach mal ihren inneren Impulsen zu folgen und rennt zur Oma ans Sterbebett. Nun kann sie endlich richtig Abschied nehmen. Als Abschieds-geschenk erhält sie von ihrer Oma deren Stock, mit dem diese immer sehr bestimmt auf den Boden klopfte, um ihrem Willen Ausdruck zu verleihen. Auf symbolische Art und Weise bekommt somit die Klientin von ihrer Oma zwei Qualitäten geschenkt: Zum einen, Forderungen zu stellen und denen Nachdruck zu verleihen - und zum anderen hilft der Stock auch beim Sich-Wehren und Schlagen. Die Botschaft der Oma lautet: „Du sollst dich nicht mehr klein machen, sondern dich aufrichten.“ Am Ende der Sitzung fühlt die Klientin sich nicht mehr so abgetrennt, ganz besonders dadurch dass sie sich in diesem inneren Prozess zum ersten Mal nicht mehr von ihren Handlungsimpulsen abgetrennt hat. Sie beginnt der Botschaft ihrer Oma zu folgen.

Vorgeschichte:

Klientin hat schon einige Sitzungen hinter sich, bei denen sich immer wieder folgende Themen heraus kristallisiert haben:

ungelöstes Mutter-Thema, nicht teilnehmen (dürfen) am Leben, sich emotional abgetrennt und isoliert von Anderen empfinden (auch von sich selbst), Allein-Sein-müssen, sich verschlossen haben, Resignation, Machtlosigkeit, Kraftlosigkeit, sich nicht wehren wollen, nichts fordern können, Trotz.

Klientin öffnet Tür mit Aufschrift:

Kraft und Lebendigkeit.

Sie sieht nur Dunkelheit.

Th: Sprich die Dunkelheit mal an.

Schweigen

Th: Sag ihr, dass du sie wahrnimmst, oder du kannst sie auch fragen, ob sie eine Botschaft an dich hat.

Kl: Ich empfinde gerade alles als unheimlich mühsam.

Th: Sag's mal deiner Innenwelt, wie mühsam alles ist - du deine Innenwelt empfindest.

Klient seufzt und „windet“ sich.

Kl: Ich fühl mich jetzt unheimlich schwer, fast so wie erstarrt. Es fällt mir auch schwer zu reden..... Jetzt sehe ich so eine Art Schwert.....Aber ich sehe es immer nur so für Augenblicke.
Man sieht, wie schwer es der Klientin fällt, mit ihrer inneren Wirklichkeit d.h. mit sich Selbst einen deutlichen und klaren Bezug herzustellen.

Th: Sag's dem Schwert direkt, wie' s dir mit ihm geht.

Kl: Ach, es fällt mir so unheimlich schwer...

Th: Wie ist das für dich?

Kl: Es ist unheimlich anstrengend.

Th: Und wie fühlt sich das an, dass es so unheimlich anstrengend ist - in deiner Innenwelt?

Kl: Ich finde es nicht gut, es ist so schwierig...
(*atmet schwer*)

Klientin fühlt jetzt die „Abtrennung“. Bei sich zu bleiben, bei den inneren Bildern dranzubleiben und hinzuschauen, fällt schwer.

Th: ...das Anstrengende, Mühsame, das Erstarrte ?

Kl: Ja.

Th: Guck mal, ob sich das mal umsetzen lässt und sich konkreter zeigt in einem Bild oder Symbol.

Kl: Irgendwo ist ein Lichtschein...

Klientin „entwischt“ wieder in ein anderes Bild, gleichzeitig zeigt sich auf einer inneren Symbolebene bereits die Existenz einer möglichen Lösung.

Th: Vielleicht schaust du doch erstmal, wie sich das Schwere, Mühsame, Erstarrte darstellt. Guck mal hin, was da auftaucht.

Kl: Es ist so was wie ein Steinblock.

Th: Dann sprich mal den Steinblock an, und sag ihm, wie's dir mit ihm geht, und dass du ja gerne in deiner Innenwelt was bearbeiten willst, und jetzt ist er da.

Kl: Ja, du bist so groß und so schwer. Und du bist mir im Weg. Ich fühl mich so schwer und du drückst mir so auf die Seele.

Irgendetwas „drückt“ auf ihre Lebendigkeit.

Th: Schau mal, wie er reagiert, oder was du mit ihm machen willst?

Kl: Er steht ja vor dem Licht.....Ich sehe irgendwas Schwarzes ...Aber ich kann es nicht deutlich sehen.

Th: Dann geh näher ran und schau hin.

Therapeut versucht sie noch stärker in Konfrontation mit ihren inneren Energiebildern zu bringen. Wirkt vermutlich wie eine Provokation, da sie ja nicht klar hinschauen kann bzw. will.

Kl : Es ist so schwer.....Es hat irgendwas mit Tod zu tun.....so was Ähnliches wie ein Kreuz.

Th: Wo bist du jetzt? Und wo ist das Schwarze? Und hat das Schwarze etwas mit dem Steinblock zu tun?

Klientin soll so konkret und real wie möglich ihre Innenwelt erleben.

Kl: Es steht vor mir und der Steinblock hat sich in das Schwarze gewandelt. Es steht auch vor mir und ist groß.

Th: Magst du das Schwarze mal ansprechen, ob es dir was zu sagen hat ?

Kl: Es macht mir Angst.

Th: Sag's ihm direkt.

Direkte Ansprache bewirkt, dass die Klientin in direkten Kontakt mit ihren Innenweltanteilen kommt. Dadurch kann es leichter zu einer Änderung und Spannungs-Entladung kommen.

Kl: In diesem Schwarzen steckt was, und ich habe Angst hinzuschauen. Es hat irgendwas mit Tod zu tun.

Th: Trau dich mal, das Schwarze zu fragen, was es mit Tod zu tun hat.

Therapeut versucht den Klienten zu motivieren über seine bisherigen Grenzen zu gehen, und die Angst zu konfrontieren.

Langes Schweigen.

Th: Oder nach was ist es dir? Was willst du machen?

Es werden immer nur Vorschläge gemacht. Klientin hat in jedem Moment die Freiheit nach ihren eigenen Impulsen zu handeln. Denn letztendlich kann nur ihre eigene innere Weisheit entscheiden, was für sie richtig ist.

Kl: Ich brauche irgendwie Zeit.

längeres Schweigen

Kl: Das Ganze entgleitet mir jetzt..... Ich habe verschiedene Bilder. Ich weiß nicht....Ich weiß nicht.

Th: Wie ist das jetzt für dich, dass dir die Bilder jetzt entgleiten und das du wieder mal verschiedene Bilder hast?

Therapeut versucht ihr ihre innere Wirklichkeit bewusst zu machen.

Kl: Ja, es ist verwirrend.

Th: Sag das Mal deiner Innenwelt direkt, dass du sie als verwirrend empfindest.

Kl: Ja, die verschiedenen Bilder verwirren mich. Ich weiß nicht, was wichtig ist, und wo ich bleiben soll. Ich seh's nur halb.

Sie ist uneindeutig in ihrem Gefühl, was für sie überhaupt wesentlich ist. Dies könnte man als Hinweis nehmen, dass sie sich in einem für sie traumatischen Geschehen von ihren innersten, wahren Gefühlen und Impulsen abgetrennt hat. Sie ist nur noch „halb“ dabei:

Th: Wie fühlt sich das an, alles nur halb zu sehen? Wie ist das?

Kl: Es ist anstrengend und dann gehe ich raus.

Zeigt ihre Problem-Lösung auf. Rausgehen von den Gefühlen und dann Resignation.

Th: Vielleicht kann sich der Teil, der es dir immer so schwer macht, mal zeigen, es ist ja ein Teil deiner Innenwelt. Guck mal, wer oder was da dahinter steht.

Nach langem Schweigen kommt zögernd eine Antwort.

Kl: Es ist alles dunkel um mich rum, und ich sehe einen Totenschädel.

Th: Frag mal den Totenschädel, ob er was damit zu tun hat, dass alles so anstrengend ist in deiner Innenwelt, und dass du alles nur halb siehst.

Schweigen

Th: Hat er was damit zu tun? Guck mal, ob er nickt oder den Kopf schüttelt.

Kl: - *zögernd* - Ja, er nickt.

Th: Und frag ihn mal, warum er auftaucht, oder welche Botschaft er für dich hat ?

Kl: Ich sehe jetzt so ein Gerippe, und es zeigt so in eine Richtung - nach rechts.

Th: Was willst du jetzt machen, willst du der Richtung mal folgen? Was siehst du da?

Kl: Im Augenblick sehe ich nichts, es ist einfach nur dunkel.

Th: Was macht das mit dir? Das Gerippe zeigt wohin, und dann siehst du dort gar nichts. Wie geht er dir damit?

Kl: Es ist irgendwie wieder verwirrend ... Ich habe das Gefühl, es will mir jetzt eine Richtung zeigen und ich will dahin gucken und was sehen..... Und dann sehe ich nichts.

Th: Welche Emotion löst das in dir aus? Du willst was sehen, und dann siehst du nichts. Was für eine Emotion kommt da in dir hoch?

Therapeut versucht an die vermutlich verdrängten Emotionen wieder ranzukommen, die sie wahr-scheinlich in einem konkreten Geschehen von sich abgetrennt hat.

Kl: Jetzt habe ich das Gefühl, ich bin in einer Sackgasse.

Th: Und welche Emotion löst das in dir aus? Was macht das mit dir ? Du willst was sehen in deiner Innenwelt, und dann kannst du aber nichts sehen.

Kl: Ich fühle mich völlig leer....Ich spüre nichts.

Th: Wenn du hier jetzt eine Emotion spüren könntest, welche wäre es?

Sie soll die Emotion wenigstens erahnen können, auch wenn sie sie (noch) nicht spüren kann.

Kl: Ja, es wäre Verzweiflung, vielleicht wäre ich auch wütend.

Th: Mach's dir noch mal klar, was sich da abspielt in deiner Innenwelt. Da gibt es Figuren und Anteile, die deuten wohin, aber du kannst es dann nicht sehen, alles wird unklar, undeutlich und entschwindet dir wieder. Was machen denn deine Innenweltfiguren und deine inneren Bilder mit dir ? Wie gehen die denn mit dir um?

Therapeut fasst noch mal die Innenweltsituation der Klientin zusammen, um sie bewusst zu machen und versucht dadurch Emotion in ihr auszulösen bzw. zu verstärken, und sie eventuell sogar zu einer Handlung zu bringen.

Kl: Die halten mich zu Narren.

Th: Sag's ihnen mal direkt.

Kl: Ja, ihr haltet mich zum Narren. Ich möchte, dass ihr euch mir deutlich zeigt....Ja, ich möchte jetzt ein deutliches Bild haben.

Die Stimme der Klientin wird schon ein bisschen lauter und bestimmter.

Th: Genau. Befehl das mal deiner Innenwelt. Du bist Herr deiner Innenwelt - oder solltest es zumindest sein.

Klientin fängt an zu weinen

Wirkt wie eine Provokation und macht der Klientin ihre innere Ohnmachtstruktur bewusst. Das wiederum löst Emotion aus.

Kl: Ich bin so unendlich traurig.

Th: Sag's deiner Innenwelt, was dich traurig macht.

Kl: Ich weiß es nicht.

Th: Spür hin, was macht dich genau traurig

Kl: Ich spür's nicht.

Klingt fast wie eine automatisierte Anweisung an sich selbst.

Th:aber du kannst ja die Traurigkeit spüren ?

Kl:ich fühle mich im Stich gelassen.

- Weinen -

Sie fühlt jetzt den Schmerz konkret, und kann ihn benennen.

Th: Genau, deine Innenwelt lässt dich im Stich, du lässt dich im Stich - letztendlich.

Kl: ...ich sehe jetzt ein kleines Mädchen, das hat einen kleinen Teddy in der Hand.....und ist ganz traurig.

Klientin weint heftig.

Jetzt, wo sie ihre Emotionen fühlen kann, sind ihre Bilder klar und deutlich. Sie kann sich selber wieder spüren. Das kleine Mädchen ist sie selbst.

Th: Sprich mal das kleine Mädchen an, und frag es mal, warum es so traurig ist.

Kl: Warum bist du so traurig? ...Es sagt: ich bin so allein.

Th: Frag es mal, wer denn noch da sein soll? Oder wer es da alleine sitzengelassen hat? Oder was passiert ist?

Kl: Was ist mit dir passiert?

Klientin ist jetzt im konkreten Erleben drin. Sie spricht das Mädchen ganz von alleine direkt an.

Th: Und schau dem Mädchen in die Augen dabei. Wie reagiert es?

Kl: **Du hast dich ganz in dich zurückgezogen!** Schau mich an! Schau auf!

Sie spricht jetzt ihren eigenen Anteil an, der sich als kleines Mädchen in sich zurückgezogen hat. Damit nimmt sie mit diesem Anteil wieder Kontakt auf und befreit ihn aus seiner Isolation. Spannungsentladung kann nun geschehen.

Th: Macht es das?

Kl: Es ist schwer. - *Klientin weint.* - Du hast nur deinen Teddy. Du kannst mich ja kaum anschauen.

Th: Das Kind scheint ja ganz verschüchtert zu sein. Frag mal, was es braucht, oder was du ihm

jetzt geben könntest. Du musst jetzt vermutlich ganz behutsam mit dem kleinen Mädchen umgehen und Kontakt mit ihr aufnehmen.

Kl: Ich gehe direkt auf sie zu, ich bin ihr schon ganz nah, aber ich muss ganz vorsichtig sein....Ich habe so ein Bild vor mir von einer Schaukel. Und ich sitze da und habe das Mädchen so vor mir.

Th: Guck mal, wie es für dich ist mit der Kleinen zu schaukeln, und guck auch mal, wie es der Kleinen damit geht.

Kl: ...ich bin auch unsicher...

Th: Sag's ihr.

Kl: Ja, ich spüre dein Gefühl, dass du dich schon lange nach jemandem gesehnt hast. Es tut mir so leid - (*weint wieder*) - ich spüre deine Sehnsucht, und ich bin mir auch nicht sicher, ob ich dich nicht auch wieder enttäusche.

Th: Wie reagiert sie jetzt, wenn du ihr das sagst.

Kl: Sie ist sehr misstrauisch. Sie will nicht wieder enttäuscht werden.

Th: Frag sie, was genau sie jetzt braucht. Und wer sie so enttäuscht hat.

heftiges Weinen

Kl: Sie will in Arm genommen werden und mir ihren Teddy zeigen.

Th: Möchtest du das machen und ihr das geben?

Kl: Ja. - *weinend* -

*Therapeut legt Klientin einen Stoffbär in den Arm, um das Halten und in den Arm-Nehmen so real und intensiv wie möglich erleben zu lassen.
Gleichzeitig wird sanfte Musik eingespielt.*

Th: Kann sie das annehmen?

Kl: Ja.

Th: Dann drück sie einfach und hab sie lieb.

Je realer und mit allen Sinnen die Versöhnung erlebt wird, desto besser kann das alte abgespeicherte Bild der Isolation (von sich selbst) verändert werden.

Klientin schluchzt immer wieder, während sie den Stoffbär an sich drückt.

Th: Du kannst ihr auch was sagen.

Kl: Ich habe einfach das Gefühl, dass du das *so,so* brauchst.

Th: Und spür hin, wie sie sich verändert in deinen Armen.

Kl: Ich habe einfach das Gefühl, ich habe sie ganz lange vernachlässigt....

Th: Sag's ihr direkt.

Kl: Es tut mir so leid.

Th: Wie reagiert sie jetzt auf dich?

Klientin seufzt tief.

Kl: Sie schaut mich an und sie sagt, ich müsse jetzt immer wieder kommen.

Zeigt, dass ihr inneres Kind als ihr Energiebild nun bereit ist für Versöhnung und Veränderung.

Th: Willst du ihr das versprechen?

Kl: Ja, ich komme immer wieder zu dir, und nehme dich in den Arm, und bin für dich da.

- tiefes Seufzen -

Th: Schau mal, ob du jetzt, nachdem du ja Vertrauen zu ihr aufgebaut hast, sie mal fragen willst, ob sie dich mal mitnimmt in eine konkrete Situation, in der sie sich so alleine gelassen fühlt. Sie soll dich mal an der Hand nehmen, und dich in so eine Situation mitnehmen, dass du sehen kannst, ab wann sie sich so in sich zurückgezogen hat. Vielleicht traut sie sich, wenn du dabei bist, da noch mal hin zu gehen. Frag sie mal, ob sie einverstanden ist.

Kl: Ja.

Th: Dann nimm sie an deine Hand, und lass dich von ihr hinführen - in eine wesentliche Situation, die die Ursache ist für sie, so misstrauisch und zurückgezogen zu sein. Du bist ja jetzt dabei und kannst sie beschützen.

Ein ursächliche konkrete Situation soll gefunden werden, um diese neu zu bearbeiten bzw. neu zu verarbeiten. Die Tat-Sache der Isolation und Abtrennung von sich selbst soll ungeschehen gemacht werden und sich in der Folge als unnötig erweisen.

Kl: Wir sind irgendwie in einem großen Raum mit Torbögen. Aber es ist niemand da. Meine Eltern, mein Opa und mein Bruder sind durch die Torbögen verschwunden.

Th: Wo ist die Kleine jetzt.

Kl: Ich hab sie so an der Hand....Es ist wie so ein Platz und da ist eine Kircheund das hat mich irgendwie ganz tief und traurig berührt....Das Bild ist aber schon wieder weg....

Sobald Emotion hochkommt, geht sie gleich wieder von den Bildern weg. Ihr altes Muster.

Th: Guck mal, ob du dieses Bild, dieses Gefühl noch mal herholen kannst - die Trauer. Du kannst auch die Kleine fragen, die weiß es auch.

Kl: Oh,... jetzt sehe ich die Oma, die liegt da tot im Sarg.

Jetzt kommt ein konkretes Geschehen in ihr hoch.

Th: Und die Kleine? Sieht die das?

Kl: Ja, die steht am Sarg.

Th: Guck mal, ob du ganz in die Kleine reinschlüpfen kannst und aus ihren Augen rausblicken kannst. Und dann spür mal, wie das jetzt für dich ist - da liegt die Oma tot im Sarg.

Therapeut versucht sie jetzt vollständig ins Erleben als Kind zu bringen.

Klientin fängt wieder an zu weinen.

Kl: Die Oma rührt sich nicht..... sie ist tot. Aber ich will das sie aufsteht (*schluchzend*).

Th: Sag's ihr.

Kl: Ich will, dass du aufstehst und mich in Arm nimmst und mit deinem Stock klopfst. Ich versteh nicht, was mit dir ist. Und alle stehen drum rum und lassen mich da so stehen.

Th: Was fühlst du jetzt?

Kl: (*schluchzend*) Sie ist auf einmal nicht mehr da und sie ist so kalt.

Th: Wie alt bist du?

Kl: So drei oder vier.

Th: Was machst du jetzt, sie ist nicht mehr da und du spürst deinen Schmerz. Sag's denen direkt, die da drum rum stehen, was mit dir ist.

Kl: ...Ihr habt mich weggeschickt vom Bett der Oma, und mich in's Bett geschickt.

Th: Dann sei mal jetzt in deinem Bett. Wie geht es dir da?

Kl: Die Oma stirbt, und sie haben mich ins Bett geschickt.

Th: Die Oma liegt gerade im Sterben?

Kl: Irgendwas ist halt, ich weiß nicht genau, was los ist.

Th: Wie ist das für dich, dass sie dich ins Bett schicken?

Kl: Ich habe Angst.....irgendwas ist, und ich weiß nicht was....**die sagen mir nicht, was los ist.**

Th: Sagt man dir noch irgendwas beim Ins-Bett-Schicken oder was du jetzt tun sollst.

Kl: Ich soll mich hinlegen.

Th: Wie ist denn das für dich. Willst du ins Bett gehen?

Kl: Ich habe das Bild: ...**Ich sitze da und ich weiß, dass irgendwas Entscheidendes passiert, aber ich weiß nicht was.**

Ich darf nicht dabei sein (weinend)

Wird zum tief verinnerlichten Muster im Leben der Klientin. Sie darf am „Wesentlichen“ nicht teilnehmen. Diese Prägung zeigt sich auch an ihren Innenweltbildern. Da weiß sie auch oft nicht, was wichtig ist und was los ist. Da sie nichts tun darf, kommt es in der Folge zu Handlungslähmung und tiefen Resignation.

Th: Was darfst du nicht tun?

Kl: Rausgehen und nachschauen, was da passiert.

Hier entsteht ev. der Glaubenssatz: sie dürfe nichts tun, nicht handeln.

Th: Du sitzt also im Bett, willst rausgehen und darfst nicht. Spür mal hin, wie dein Körper sich anfühlt.

Kl: Ich kann gar nichts spüren.

Wird zur Muster-Problemlösung für Konflikte. Da sie ja nichts tun darf, spürt sie den Drang dazu lieber gleich gar nicht.

Th: Wenn du was spüren könntest, was würdest du jetzt spüren. Ein Teil von dir weiß es.

Klientin atmet schwer.

Th: Ist es so was, dass du erstarrt bist und bewegungslos, weil du einem Impuls von dir nicht folgen darfst?

Therapeut hilft ihr ein Wenig, wieder an sich ran-zukommen. Wenn es nicht stimmen würde, würde sie es verneinen.

Kl: Das kann sein...Ja.

Th: Was würdest du denn jetzt am liebsten tun?

Kl: Raus rennen zur Oma.

Th: **Dann tu's jetzt mal.** Gebe deinem Drang mal nach. Renn raus.....Jetzt.

Therapeut versucht Klientin in ihre Handlungskompetenz zurück zu bringen. An dieser Stelle wird diese Szene neu „geschrieben“, d.h. die alte Abspeicherung des Verbotes wird durch neues Handeln ins Chaos überführt, und kann sich nicht mehr aufrechterhalten. Auch alle weiteren

Folgen dieses Verbotes können sich nun nicht mehr halten, und eine ganz neue innerpsychische Ordnung kann sich jetzt per Selbstorganisation ereignen.

Kl: Ich will bei der Oma sein.

Th: Genau, trau dich und geh raus.

An so einer entscheidenden Stelle braucht der Klient meist die energetische Unterstützung des Therapeuten, um sich aus so einer Begrenzung, die ja zur Programmierung geworden ist, rauszulösen.

Kl: Die Oma stirbt, und ich will an ihrem Bett sein. Ich will auch da sein, wenn sie stirbt.

Th: Bist du jetzt raus gegangen ?

Kl: Ja.

Th: Was erwartet dich, was siehst du dort?

Kl: Die Oma liegt dort im Bett.....Ich dränge mich zwischen die Anderen... Ich bin jetzt neben dem Bett und fasse sie so am Arm.

Th: Lebt sie noch, in dem Moment?

Kl: Ja.

Th: Guck hin, wie sie reagiert.

Kl: (*weinend*) Ich will, dass sie dableibt.

Th: Sag's ihr.

Kl: Bleib doch da.

Th: Sag ihr, wie 's dir geht, und hör mal hin, was sie sagt.

Kl: Ja, jetzt schon.

Th: Sagt sie noch was zu dir?

Kl: Ja, ich soll energischer sein. Sie hat immer mit ihrem Stock die Leute tyrannisiert. So auf den Boden geschlagen, wenn sie was wollte.

Th: Die konnte das. - Vielleicht kann sie dir ja diese Energie, diese Fähigkeit noch übertragen, bevor sie geht. Würde das für dich stimmen? Und will sie das tun?

Kl: Ja, sie gibt mir jetzt ihren Stock.

Th: Dann nimm mal den Stock in die Hand, und spür mal, wie sich das anfühlt, wenn du ihn und

diese Energie jetzt hast.

Therapeut reicht der Klientin was stockähnliches. Klientin kniet jetzt und stützt sich mit dem Stock ab.

Die Oma repräsentiert für die Klientin offensichtlich die Eigenschaft der Durchsetzung und Selbstbehauptung. Da sie nun nicht mehr von der Oma ferngehalten wird, rücken jetzt auch diese Eigenschaften näher an sie ran.

Th: Wie ist das denn jetzt für dich, dass die Oma gehen will?

Kl: Ja, ich kann sie jetzt gehen lassen.

Th: Sag's ihr direkt.

Kl: Ja, ich kann dich jetzt gehen lassen. Ich spür, dass es jetzt so in Ordnung ist. Aber mir war wichtig, dass ich dich noch mal spüre.

Th: Und sie hat dir ihren Stock dagelassen? – *Klientin bejaht.*

Th: Jetzt schau mal hin, was sich nun weiterhin verändert, was es mit der Kleinen macht, die jetzt die Oma noch mal hat spüren dürfen.

**Kl: Ich fühl mich jetzt irgendwie verbunden...Ich fühl mich nicht mehr so abgetrennt .
Zeigt, dass sie die „Abtrennung“ von sich selbst, von ihrem wahren Handlungsimpuls nun geheilt hat durch ihr neues Handeln.
Ich fühl mich mehr in meiner Mitte.**

Th: Lass mal eine konkrete Situation da sein und guck mal, wie die sich jetzt gestaltet.

Kl: Also, ich habe jetzt das Bild, wie ich neben dem Sarg stehe und mein Vater hat mich an der Hand genommen. Eigentlich bin ich auf ihn zugegangen und habe seine Hand genommen.
Zeigt, dass sie das Handlungsverbot, die Handlungs lähmung überwunden hat, und jetzt ihre eigenen Impulse ernst nimmt und selbst auf den Vater zugeht.

Th: Sag dem Vater das ruhig auch mal, wie wichtig es für dich war, noch mal mit der Oma Kontakt zu haben. Und das es dir nicht gut getan hat, dass er dich ins Bett geschickt hat. Sag ihm das mal.

Kl: Ja, für mich war es ganz wichtig beim Sterben dabei zu sein, und die Oma noch mal anzufassen, auch mitzukriegen, was mit ihr passiert. Und mit ihr Kontakt zu haben. Es war nicht so gut, mich da abzukapseln und mich auszusperren.

Th: Erzähl ihm von den Auswirkungen bis heute, noch Jahrzehnte später.

Kl: Ihr habt mich da so ausgegrenzt, habt mich da einfach so abgestellt, wie ihr mich ins Bett geschickt habt, und mir verboten habt mich raus zu bewegen. Alles hat mir so Angst gemacht, und ich habe mich so alleine gefühlt.

Th: Und du hast das Verbot ernst genommen, bis heute, dass du dich nicht wegbewegen und

nicht nach eigenen Impulsen handeln sollst. Aber damit ist ja jetzt Schluss. Du folgst jetzt deinen Gefühlen, deinem Drang - ab jetzt.

Kl: Ja, ab jetzt will ich teilhaben an allem, was passiert. Ich will nicht mehr ausgegrenzt werden. Ich gehöre jetzt auch dazu!

Damit „manifestiert“ sie jetzt ihren eigentlichen Willen. Sie gibt sich selbst und ihrem Leben damit ganz klare Anweisung.

Th: Und schau den Vater an, ob er das jetzt einsieht.

Kl: Er runzelt mit der Stirn. Und hat so einen abschätzenden Blick... Aber er sieht es ein.

Th: Wer ist denn noch verantwortlich dafür, dass du ins Bett musstest. Die Mama vielleicht? Dann soll die auch herkommen. Die muss das genauso wissen, dass das jetzt alles ein Ende hat.

Kl: Ja, Mama, ich werde jetzt auch teilhaben, wenn etwas passiert. Ich will wissen, was los ist.

Th: Genau, du wirst ab jetzt wieder teilhaben am Leben, denn seit damals hast du ev. das Gefühl gehabt, du darfst gar nicht teilhaben am Leben.

Indem sie nun das „Einverständnis“ der inneren Eltern hat, das Verbot beiseite legen zu dürfen, steht der Neuen Manifestation nichts mehr im Wege. Sie selbst erlaubt sich nun das Teilnehmen am Leben.

Kl: Ja, genau. Und ich wurde nicht erstgenommen.

Th: Aber damit ist ja jetzt Schluss.

Kl: Ja, ich werde mich nicht mehr einsperren lassen. Ich lass mich nicht mehr abschieben.

Th: Du wirst jetzt voll im Leben stehen. - Wie reagiert die Mama, begreift sie es, wie wichtig es für dich ist ?

Kl: Ja, schon. Es war ihr nicht klar.

Th: Guck mal hin, wie die Kleine jetzt aussieht, wie es ihr jetzt geht. Hat sie sich verändert?

Wenn Heilung passiert, ändern sich auch die Innenweltfiguren zum Positiven.

Kl: Ich habe da jetzt ein Bild: Ich stehe da vor der Mutter und dem Vater, bin zwar klein und die müssen runtergucken, aber ich stehe da ganz offen und aufrecht da, und die haben mich gehört.

Th: Sag's ihnen.

Kl: Ja, ihr habt mir jetzt mal richtig zugehört. Und ich habe das Gefühl, ihr nehmt mich ernst...zum ersten Mal.

Th: Und spür hin, wie sich das anfühlt.

Kl: Ich habe jetzt das Gefühl, dass ich einfach in meiner Mitte bin.

Th: Weil du jetzt endlich das getan hast, was du wolltest.

sanfte Musik wird eingespielt.

Klientin soll dieses positive Gefühl möglichst lange genießen und tief verankern.

Th: Und jetzt, wo du dich in deiner Mitte fühlst, was würdest du jetzt gerne tun, was soll jetzt sein?

langes Schweigen.

Th: Wo bist du jetzt?

Kl: Ich habe jetzt Papa und Mama an der Hand. Und ich darf dabei sein.

Jetzt sehe ich wieder den Platz mit der weißen Kirche. Dieses Bild hat mir kurz wieder so einen Stich gegeben - aber das ging dann gleich wieder weg.

Zeigt, dass das Bild zwar noch vorhanden ist, aber keine emotionale Ladung mehr trägt.

Th: Lass auch ruhig die Oma noch mal dabei sein. Sie soll sehen, wie du jetzt dastehst

Kl: Ja, Oma, ich habe dich lieb gehabt. Und ich glaube, du hast mir lange gefehlt.

Th: Schau noch mal, ob sie reagiert auf dich.

Kl: Sie winkt mir noch mal zu, zum Abschied.

Th: Sagt sie noch was, oder was tut sie?

Kl: Sie hat mir ihren Stock gelassen, den braucht sie nicht mehr.

Th: Vielleicht kann sie es dir noch mal deutlich zeigen, für was der Stock steht, wofür du ihn von nun an gebrauchen kannst. In welchen Situationen du ihn anwenden kannst.

Kl: Ja, es gibt zwei Sachen. Einmal geht es um Forderungen stellen, denen Nachdruck zu verleihen. Und der Stock hilft auch beim Sich-Wehren und Schlagen. Ich soll mich nicht mehr klein machen, sondern mich aufrichten.

Th: Dann mach das doch mal, richte dich auf mit dem Stock.

Klientin kniet und richtet sich an dem Stock auf und stößt immer wieder in die Matratze.

Kl: Ich will !!!.....und ich kann !!!

Sie gebraucht jetzt positive und selbstbejahende Sätze. Sie macht sich das Recht auf ihr eigenen Impulse nochmal klar.

Th: Genau. - Und du kannst jetzt auch in eine konkrete Situation gehen im Heute und es ausprobieren. Und nehme die Oma mit. Sie soll da zugucken, wie du jetzt Forderungen stellst, und dich aufrichtest und dich nicht mehr klein machst.

Kl: Ich bin jetzt im Geschäft - aber ich habe nichts Konkretes.

Th: Du kannst dich einfach mal so erleben, wie du jetzt bist, mit dem Stock in der Hand und der Oma als Unterstützung. Wie sich das anfühlt, und wie die Menschen auf dich jetzt reagieren.

Kl: Es ist wichtig, mich aufzurichten. Und mich nicht wieder klein machen. Stehe jetzt als Persönlichkeit da, als gleichwertig.

Th: Genau.

Musik, die Selbstvertrauen ausdrückt, wird als zusätzliche Ankerung eingespielt.

Th: Und spüre die Oma, die bei dir ist und dich mit ihrer Energie unterstützt.

Kl: Die steht hinter mir.

Th: Schau mal, was du genau machst, und wie du genau auftrittst. Wie empfindest du dich jetzt.

Kl: Es ist jetzt ganz schwierig für mich, was Konkretes zu sehen.

Th: Spür einfach die Oma im Hintergrund, sodass du, wenn du in so eine Situation kommst auf sie zurückgreifen kannst. Sie einfach rufen kannst, und sie kommt dann in deiner Innenwelt und unterstützt dich dann. - Und schau doch auch noch mal zu dem kleinen Mädchen mit dem Teddy hin. Guck doch mal, wie es der jetzt geht.

Kl: Der geht es gut.

Th: Hat sie sich irgendwie verändert?

Kl: Ich habe jetzt so das Bild, wie ich die Kleine an der Hand halte. Und sie hat den Teddy in der anderen Hand. Wir laufen so, und ich habe den Stock in meiner anderen Hand. Es ist hell, die Sonne scheint. ...Wir sind so auf Wanderschaft. Es ist so, als ob ich ihr das Leben zeige

Die Sonne ist neu in ihrer Innenwelt und zeigt die Heilung und den neuen, inneren Zustand der Klientin an.

Th: Wo zieht es dich jetzt hin? Was zeigst du ihr?

Kl: Mich zieht es so in die Sonne.

Th: Dann gehe zur Sonne.

Was ist das für eine Landschaft, wo ihr jetzt seid?

Kl: Ich sehe keine Landschaft.

Th: Aber die Sonne kannst du spüren?

Kl: Ja, schon. Ich sehe jetzt auch einen Weg ...aber es ist keine reale Landschaft ... tot sie ist aber

auch nicht...es gibt da viel Farben.

Th: Wie fühlst du dich da jetzt, in der Sonne und mit den Farben?

Kl: Es ist warm, und es ist sehr angenehm und fühlt sich leicht an, unbeschwert. Es fühlt sich klar an.

Th: Dann schau doch mal, ob es die Schwärze und die Dunkelheit von deinem ersten Bild noch gibt, oder, ob die sich jetzt vielleicht in die Sonne und die Farben verwandelt haben.

Kl: Ich habe eher das Gefühl, es ist nicht ganz weg aber es ist zur Seite gerückt.

Zeigt, dass es evtl. noch andere Erlebnisse in ihr gibt, die „geheilt“ werden müssen, damit sie zu ihrer vollen Lebendigkeit und Klarheit gelangen kann.

Th: Ist es so was, das darf jetzt auch sein - die Sonne?

Kl: Ja, genau. Und das hat auch was mit dem Licht zu tun, dass ich am Anfang gesehen habe.

Th: Ja, da hat sich dir die Möglichkeit zum Licht, zur Sonne zu kommen, schon angedeutet.

Dann würde ich vorschlagen, lass dir doch einfach auf diesem Weg noch ein bisschen Zeit, und genieße dieses Leichte, die Farben, die Sonne noch eine Weile, sodass du es ganz tief spüren kannst, und es dann auch in dein Leben, deinen Alltag mitnehmen kannst.

harmonische Musik wird eingespielt.

Klientin bleibt noch eine Weile liegen und hat so die Möglichkeit, das Innenwelt-Erlebnis noch mal durchzugehen und ganz tief zu verinnerlichen.